AIGUILLETTE DE BOEUF

1 kg 500 d'aiguillette de boeuf lardée, 50 g de beurre, 1 oignon, 2 carottes, thym, laurier, sel, poivre; 1 litre de bon vin blanc sec.

Faites larder la viande par le boucher si vous ne possédez pas un lardoire. Mettez-la à dorer dans le beurre chaud. Lorsqu'elle a bien pris couleur de tous côtés, ajoutez les carottes et l'oignon coupés en rondelles, le laurier, du thym effeuillé, sel et poivre. Mouillez d'un vin blanc de bonne qualité. Il ne doit absolument pas être acide. Couvrez et laissez cuire doucement pendant 3 heures.

AIGUILLETTE DE BOEUF EN GELEE

Pour 6 à 8 personnes. Pour la gelée: 1 queue de boeuf, 2 pieds de veau, 3 os, couenne, 1 oignon, 3 carottes, bouquet garni, poivre en grain écrasé, un peu de sel, 3/4 litre de vin blanc sec. Pour la viande: 2 kg 400 de boeuf (baronne lardée). Pour les légumes: petits fagots de carottes, pointes d'asperges, haricots verts.

La gelée: faire rissoler tous les ingrédients, ajouter le vin blanc. Laisser réduire, puis couvrir d'eau. Cuire 3 h 30. Après refroidissement, ôter la graisse. La viande: faire dorer l'aiguillette. Flamber à l'armagnac. Cuire durant 3 h 30 avec la gelée. Réserver la viande. Dégraisser la gelée une fois encore et passer au torchon. Une moitié de la gelée est mise au frais. L'autre, à température ambiante, servira à foncer le plat. Badigeonner de gelée le boeuf découpé en tranches minces ainsi que les légumes. L'autre moitié de la gelée ornera l'aiguillette de ses triangles.

AIGUILLETTE PIZZAIOLA

Préparation: 30 mn. Cuisson: 3 h. Pour 6 personnes: 1,2 kg d'aiguillette de boeuf (lardée et ficelée), 6 oignons, 6 gousses d'ail, 1 c à soupe de concentré de tomate, 1 boîte 4/4 de tomates pelées, 3 c à soupe d'huile d'olive, 1 bouquet garni, origan, Cayenne, sucre, sel, poivre.

Faites dorer l'aiguillette dans l'huile. Réservez. Faites revenir les oignons émincés pendant 10 mn. Ajoutez le concentré, la viande, l'ail émincé, les tomates, le bouquet garni, 1 c à soupe d'origan et le sucre. Laissez mijoter 2 h 30 à couvert. Salez et pimentez à mi-cuisson.

BAVETTE A LA FONDUE D'ECHALOTES

Pour 4 personnes: 1 bavette de 1,4 kg, 2 gros oignons, 3 petits oignons nouveaux, 3 échalotes, 3 c à soupe d'huile, 1 noix de beurre, 1 verre de vin blanc sec, sel, poivre, gros sel.

Préchauffer le four th 7 (200°C). Emincer oignons et échalotes. Faire chauffer dans une cocotte assez longue 2 c à soupe d'huile. Lorsqu'elle est bien chaude y ajouter la bavette. La faire revenir de chaque côté afin qu'elle soit bien dorée juste pendant 2 mn. Ne pas lui laisser le temps de cuire. Saupoudrer de gros sel. La déposer ensuite dans un plat et mettre la préparation au four th 7 durant 5 à 8 mn. Lorsqu'elle est cuite, la sortir et la réserver dans un plat chaud recouvert d'un couvercle. Jeter la graisse de cuisson de la bavette, mais ne pas rincer le plat. Dans une poêle, faire fondre, une noix de beurre avec un peu d'huile à feu moyen et faire dorer les oignons et les échalotes pendant 5 mn. Ajouter le vin blanc sec, porter à ébullition pendant 10 mn pour le faire réduire, ajouter un peu de beurre et battre vivement au fouet. La sauce doit être onctueuse, lisse et suffisamment épaisse. Assaisonner. Napper la viande de la sauce. Disposer les oignons et les échalotes, mis de, côté tout autour.

BEEFSTEAK AMERICAIN

Pour 4 personnes: 600 g de rôti de boeuf haché, 2 échalotes, 50 g de persil, 2 cornichons, 4 jaunes d'oeuf, 1 c de vinaigre, 2 c de mayonnaise, 2 tomates, 4 oeufs durs.

Séparez la viande hachée en 4 parts. Formez-en 4 grosses boulettes aplaties et creusez-en le centre. Epluchez les échalotes et hachez-les menu ainsi que le persil et les cornichons. Dans une jatte, mettez le persil, les cornichons et l'échalote, ajoutez les jaunes d'oeufs crus et la sauce mayonnaise. Mélangez bien, et versez cette préparation au centre des boulettes. Dressez sur un plat de service et décorez avec des tomates coupées en rondelles, du persil et les oeufs durs.

BOEUF A LA CHINOISE

Pour 5 personnes. Préparation: 20 minutes. Cuisson: 25 minutes.

Eléments de base: 500 g de filet de boeuf, 1 oignon moyen, 2 c à soupe de sauce soja, 1 c de madère, 3 poivrons verts, 1 poivron rouge, sel, huile.

Couper la viande de boeuf (choisie dans un morceau très tendre et de première qualité) en bâtonnets de la taille du petit doigt à peine. Essuyer les poivrons, les ouvrir, les épépiner, les couper en lamelles de la même taille à peu près que les morceaux de viande. Emincer l'oignon, le faire un peu dorer à l'huile dans une poêle assez profonde; ajouter la viande et faire poêler quelques minutes; ajouter encore les morceaux de poivron, saler faire sauter 8 à 10 minutes en remuant doucement avec une cuiller de bois afin que le fond n'attache pas. Mélanger la sauce de soja et le madère; verser ce mélange dans la poêle et cuire le tout ensemble pendant 5 minutes. Goûter, rectifier l'assaisonnement s'il y a lieu et servir aussitôt sur un plat chaud. En faisant revenir l'oignon, ne pas oublier que d'autres éléments viendront le rejoindre dans la poêle, donc ne pas craindre de mettre 3 ou 4 cuillerées d'huile. Si, en cours de cuisson, la préparation risque d'attacher. on peut ajouter un peu de madère.

BOEUF A LA HONGROISE

Pour 6 personnes: 800 g de boeuf à braiser, 50 g de beurre, 1 c à soupe d'huile, sel, poivre, 1 oignon, 1 carotte, 1 c à soupe de paprika, 1/4 litre d'eau, thym, laurier, persil, 1/2 c à café de graines de cumin, 1 gousse d'ail, 100 g de crème fraîche.

Coupez la viande en morceaux. Faites-les dorer dans le mélange beurre-huile retirez-les et faites fondre à leur place l'oignon et la carotte émincés remettez la viande, saupoudrez de paprika, salez, poivrez. Mouillez d'eau, ajoutez le bouquet garni, les graines de cumin et l'ail pilé. Couvrez et laissez mijoter 2 h à feu très doux. Si le liquide de cuisson réduit trop ajoutez un peu d'eau. En fin de cuisson, liez la sauce à la crème fraîche. Saupoudrez à volonté de ciboulette hachée. Accompagnez de choux de Bruxelles, de riz créole, de pâtes ou de pommes de terre vapeur à volonté.

BOEUF A LA LAOTIENNE

1 c à soupe de riz, 3 petits piments rouges séchés, 2 tasses 1/2 d'eau, 1 livre de sous-noix de boeuf (ou de faux-filet haché), 1 c à café de schénanthe séchée ou de zeste de citron, 1 gros oignon jaune finement haché, 3 piments verts frais finement hachés, 1 gros poivron vert épépiné et haché, 1/4 de tasse de feuilles de menthe (une trentaine), 3 c à soupe de jus de citron, nuoc mam ou sel à volonté.

Chauffer le riz dans une poêle sans matière grasse, à feu moyen. Quand il prend une couleur or pâle, le transvaser dans un mortier et l'écraser en poudre. Procéder de même pour les piments secs. Porter l'eau à ébullition, ajouter la schénanthe et la viande, et remuer jusqu'à ce que la viande se colore. Ensuite l'égoutter et la disposer dans un plat, entourée du riz, des piments séchés, des oignons, des piments frais, du poivron vert et des feuilles de menthe (en garder quelques unes pour la garniture). Arroser le tout avec le jus de citron et bien mélanger. En dernier lieu, ajouter le sel ou le nuoc mam et décorer avec le restant des feuilles de menthe. Servir avec du riz blanc cuit à l'eau.

BOEUF A L'ANCIENNE

Pour 6 personnes: 1 kg à 1,200 kg de boeuf (culotte, pointe, aiguillette), 1 pied de veau, 2 cuillerées à soupe d'huile, 4 carottes, 20 petits oignons, 200 g de champignons de Paris, 4 cuillerées à soupe de cognac, 1/2 litre de vin blanc sec, 2 tomates bien en chair, 3 gros oignons, 1 gousse d'ail, muscade, sel, poivre.

La veille faites mariner la viande coupée en morceaux avec les carottes coupées en longueur, les gros oignons, le bouquet, l'ail, le vin, le cognac, l'huile. Remuez deux ou trois fois pendant la macération. Le lendemain, mettez au fond de la cocotte la pied de veau coupé en deux, toute la marinade, la viande et les tomates, pelées, épépinées. Salez, poivrez, muscadez. Amenez à ébullition, puis faites mijoter 2 heures à très petit feu. Ajoutez alors les champignons émincés et les petits oignons. Pour servir, retirez les gros oignons, l'ail, le bouquet. Présentez le plat avec sa sauce et des pâtes au beurre ou des pommes à l'anglaise.

BOEUF A LA PAYSANNE

Pour 6 personnes: 1,200 kg de paleron, 1 branche de thym, 1 feuille de laurier, 3 feuilles de romarin, 200 g d'oignons, 8 carottes, 6 navets, 1 bonne pincée de poivre mignonnette, 1 bouteille de marsanay-la-côte ou de santenay, 2 c à soupe d'huile, 20 g de beurre, 1 gousse d'ail, 1 citron, 10 g de farine, 1 pincée de gros sel, 150 g de champignons de Paris, 400 g de haricots verts, 2 c à soupe de crème fraîche. Préparation: 20 mn la veille. Cuisson: 2 heures.

Coupez la viande en gros cubes de 5 cm de côté environ. Préparez la marinade: mettez dans une terrine le thym, le laurier, le romarin, 2 oignons, 2 carottes émincées, le poivre, le vin, ajoutez la viande et laissez mariner une nuit en retournant plusieurs fois. Epluchez tous les légumes, ôtez le bout terreux des champignons, lavez-les et citronnez-les. Egouttez les morceaux de viande sur du papier absorbant. Faites-les revenir dans une cocotte avec l'huile et le beurre sur feu moyen. Ajoutez le reste des oignons finement hachés et l'ail écrasé. Lorsque le tout est bien doré, jetez le trop-plein de graisse, saupoudrez de farine, remuez, mouillez avec la marinade passée, salez, couvrez et laissez cuire 1 h sur feu doux. Faites cuire les haricots 15 mn à l'eau bouillante salée. Lorsque la viande a cuit 1 h, ajoutez-lui le reste des carottes, puis au bout de 15 mn les haricots, les navets, les champignons, laissez cuire encore 15 mn. Sortez la viande de la cocotte, disposez-la sur le plat de service, entourez-la des légumes, tenez au chaud. Si la sauce est un peu liquide, faites-la réduire sans couvercle sur feu vif. Ajoutez la crème, fouettez, retirez du feu au premier frémissement. Nappez la viande avec la sauce. Servez très chaud.

BOEUF A LA MEXICAINE

Pour 4 personnes: 600 g de boeuf (paleron ou macreuse) 20 cl de coulis de tomates, 400 g de maïs en grain, 150 g de riz long, 1 poivron rouge, 1 poivron vert, 2 carottes, 2 oignons, 2 gousses d'ail, 2 tablettes de bouillon de boeuf, 1 c de paprika, Tabasco, 4 brins de persil, 3 c d'huile de maïs, sel, poivre.

Découpez la viande en cubes réguliers de 3 à 4 cm. Faites chauffer l'huile dans une cocotte à fond épais et mettez-y la viande à rissoler sur toutes les faces. Retirez la viande et mettez les oignons émincés à revenir. Dès que les oignons ont légèrement blondi, remettez la viande dans la cocotte avec la gousse d'ail écrasée. Saupoudrez de paprika. Versez le coulis de tomates puis mouillez d'eau chaude de façon à recouvrir largement la viande. Ajoutez les tablettes de bouillon ainsi que les carottes épluchées et coupées en petits dés. Laissez mijoter à couvert pendant 30 mn. Nettoyez les poivrons, ôtez le pédoncule, les graines et les filaments. Détachez-les en morceaux réguliers. Le premier temps de cuisson passé, ajoutez le riz et les poivrons émincés dans la cocotte. Salez, poivrez et relevez de quelques gouttes de Tabasco. Prolongez la cuisson à feu doux et à demi-couvert de 25 mn. Ajoutez alors les grains de maïs rincés et égouttés et prolongez la cuisson à découvert pendant 5 mn. Saupoudrez de persil haché au moment de servir.

BOEUF A LA PICARDE

Pour 5 personnes: 1,2 kg de boeuf choisi dans la culotte ou le gîte, 1 bouteille de vin blanc sec mais fruité (Alsace ou champagne nature), 3 oignons, 1 kg de carottes, sel, poivre, thym, laurier, persil, 50 g de beurre, un peu de concentré de tomate.

Grattez les carottes, pelez les oignons. Faites fondre le beurre dans une cocotte et mettez-y la viande à dorer de tous côtés. Retirez-la et faites dorer les oignons à sa place après les avoir émincés. Remettez la viande sur les oignons. Mouillez avec un mélange fait de 2/3 de vin pour 1/3 d'eau. Ajoutez sel, poivre, thym, laurier, persil, concentré de tomates et les carottes coupées en morceaux. Faites venir l'ébullition sur feu vif. Faites chauffer le four pendant que débute cette première cuisson. Couvrez d'un papier beurré et d'un couvercle hermétique. Faites cuire 2 h 30 au four à th 6. La dernière demi-heure de cuisson se déroule à découvert afin de laisser la sauce réduire. Dressez sur un plat chaud et saupoudrez de quelques feuilles de persil grossièrement hachées.

BOEUF A L'INDIENNE

Pour 4 personnes: 450 g de paleron ou de noix de boeuf, 15 cl de crème fraîche épaisse, 2 doses de safran, 1 c à soupe de curry, 2 oignons, 1 yaourt, 20 g de beurre, 4 feuilles de laurier, sel.

Hachez les oignons et coupez la viande en cubes. Dans un mortier, pilez la moitié du hachis d'oignon, le curry, le sel et le poivre. Enrobez la viande de cette pommade et laissez-la s'en imprégner durant 2 h. Dans une sauteuse, faites chauffer le beurre et sauter le reste d'oignon haché avec le laurier. Incorporez le yaourt et faites épaissir 4 à 5 mn en remuant. Ajoutez la viande et le safran mélangé avec la crème fraîche, arrosez de 15 cl d'eau, couvrez et laissez frémir 1 h. Vérifiez que la viande reste bien tendre avec la pointe d'un couteau. Assaisonnez à votre goût et servez.

BOEUF AUX CAROTTES EN GELEE

Pour 4 personnes: un morceau de boeuf d'environ 800g, une demi-bouteille de vin blanc sec, un oignon, du thym, du laurier, du sel, du poivre, un kilo de carottes, 4 feuilles de gélatine, un verre de porto, 50 g de beurre, du persil haché.

Mettez la viande à mariner la veille dans le vin blanc avec l'oignon émincé, du thym, du laurier et du poivre en grains. Egouttez le morceau de boeuf, épongez-le et faites-le colorer vivement au beurre. Mouillez avec la marinade et laissez braiser doucement pendant deux heures et demie. Grattez les carottes et faites-les cuire aux trois quarts dans de l'eau salée. Egouttez-les et ajoutez-les à la cuisson du boeuf. Versez le porto et terminez la cuisson 20 minutes environ. Retirez la viande et égouttez les carottes. Récupérez le jus de cuisson et ajoutez-y les feuilles de gélatine préalablement trempées dans un peu d'eau froide. Laissez prendre la gelée, nappez-en la viande et ajoutez les carottes dans le restant de la gelée.

Mélangez. Entourez la viande avec les carottes et servez frais, garni de persil haché. Vous pouvez piquer le morceau de boeuf de quelques lardons. Dans le fond d'une braisière, vous pouvez ajouter du jarret de veau, coupé en menus morceaux, et quelques os de boeuf charnus. Il est recommandé d'accompagner d'une salade verte et d'une sauce mayonnaise, rémoulade ou tartare.

BOEUF AUX ECHALOTES

Pour 4 personnes: 800 g de flanchet de boeuf, 50 g de beurre, 200 g d'échalotes, du sel, du laurier, 2 gousses d'ail, une cuillerée à café de sauce soja, 1/4 litre de vin rouge. Cuisson: 1 heure 3/4.

Faites blanchir les échalotes une dizaine de minutes à l'eau bouillante. Faites fondre le beurre dans une casserole, faites-y revenir la viande coupée en morceaux. Assaisonnez de sel et de poivre. Parfumez avec le thym et le laurier. Ajoutez-y les échalotes hachées grossièrement ainsi que les gousses d'ail écrasées. Versez la sauce soja. Mouillez avec le vin rouge. Laissez mijoter avec couvercle. Vous pouvez faire sauter légèrement les échalotes dans du beurre avant de les ajouter à la viande. Deux cents grammes de champignons peuvent être incorporés à la préparation une demi-heure avant la fin de la cuisson.

BOEUF AUX ECHALOTES

Pour 6 personnes: 1,2 kg de rond de gîte, 500 g d'échalotes, 50 g de beurre, 25 cl de mâcon blanc, sel, poivre.

Dans un faitout à fond épais, faites revenir, dans 50 g de beurre, la viande sur toutes ses faces. Pendant ce temps, épluchez les échalotes. Réduisez-les en purée au robot. Vérifiez la couleur de la viande. Quand elle est bien dorée. retirez-la . Si le beurre a brûlé, jetez-le et remplacez-le. Ajoutez la purée d'échalote et laissez-la revenir dans le jus. Lorsqu'elle a pris une jolie couleur caramel, versez le vin blanc. Remettez la viande. Salez, poivrez. Mélangez le tout. Couvrez bien hermétiquement. Laissez mijoter pendant 3 heures au minimum, et jusqu'à 4 heures selon l'épaisseur du morceau. Pensez cependant à retourner la viande de temps en temps. Vérifiez la cuisson de la viande en piquant une fourchette, elle doit pénétrer très facilement. Servez dans le plat de service chaud, accompagné de riz ou de pâtes fraîches.

BOEUF AUX OIGNONS

Préparation 15 mn. Cuisson: 20 mn. Pour 4 personnes: 600 g de rumsteck, 400 g d'oignons, 1 beau poivron vert, 4 c à soupe d'huile d'arachide, 1 c à soupe de nuoc mam, sel, poivre moulu.

Peler et émincer les oignons. Retirer les graines du poivron et l'émincer. Faire étuver oignons et poivron dans 2 cuillerées à soupe d'huile pendant 20 minutes à feu doux. Découper le rumsteck en lanière minces, les faire sauter 5 minutes à feu vif dans l'huile restante pour les

colorer. Les ajouter aux oignons et au poivron, verser le nuoc mam, saler, poivrer. Laisser mijoter 10 minutes. Servir avec un riz cantonnais.BOEUF AUX OIGNONS

Pour 5 ou 6 personnes: 1 kg de boeuf assez maigre coupé en tranches pas trop épaisses, 1,250 kg d'oignons, 2 grosses cuillerées à soupe de saindoux, 1 cuillerée à soupe de livèche (ou de céleri en branches) hachée, 1 citron, 1 petite boîte de concentré de tomates, tabasco, sel, poivre, 500 g de pâtes, 1 gousse d'ail, 1 petit bouquet de thym.

Pelez les oignons, coupez-les en fins anneaux et mettez-les à sauter dans une cocotte contenant le saindoux bien chaud. Attendez qu'ils commencent à dorer puis ajoutez les tranches de viande et faites-les dorer des deux côtés. Ajoutez alors sel, poivre, thym, livèche (ou céleri), l'ail, la jus d'un citron et la moitié de son zeste râpé. Laissez sauter encore quelques instants, tout en remuant sans cesse avec la cuiller en bois, puis mouillez d'un grand verre d'eau. Laissez les premiers frémissements revenir, puis ajoutez 2 cuillerées à soupe de concentré de tomates et une cuillerée à café de tabasco. Couvrez et laissez mijoter jusqu'à ce que la viande soit bien tendre, ce qui demandera de 45 minutes à 1 heure et demie, selon la qualité du morceau que vous aurez choisi. Peu avant la fin de la cuisson, faites cuire les pâtes à l'eau bouillante salée. Egouttez,disposez-les en nid dans le creux d'un grand plat et dressez la viande et sa sauce dans le creux de ce nid. Servez bien chaud.

BOEUF AUX POIVRONS

Pour 4 personnes: 1 kg de carbonnade de boeuf, 4 oignons, 1 poivron vert, 1 poivron rouge, 1 poivron jaune, 4 cuillerées à soupe d'huile, 75 g de beurre, thym, laurier, sel, poivre, 2 cuillerées à soupe de farine, 250 g de riz.

Couper la viande en morceaux réguliers de 50 g environ ayant 3 cm d'épaisseur, les saler et les poivrer puis les passer dans la farine. Eplucher et couper les oignons en rondelles, laver et débarrasser les poivrons de leurs graines puis les couper en lamelles. Faire chauffer l'huile dans une cocotte et y faire revenir les oignons 3 à 4 minutes à feu vif en remuant. Ajouter les poivrons et faire encore revenir 2 à 3 minutes. Ajouter 4 dl d'eau froide, sel, poivre et laisser attendre. Dans un peu de beurre, faire colorer les morceaux de viande puis les ajouter aux légumes, ajouter le thym, le laurier. Couvrir d'eau à la hauteur (+ 2 dl d'eau supplémentaire). Porter à ébullition, vérifier l'assaisonnement, couvrir et laisser mijoter 1 h 30. Ajouter alors le riz, mélanger, porter à ébullition, couvrir et cuire encore 20 minutes à feu doux jusqu'à ce que le riz soit cuit et le liquide absorbé. Si nécessaire, ajouter un peu d'eau ou de bouillon en cours de cuisson du riz.

BOEUF BOURGUIGNON

Pour 4 personnes. Préparation: 30 mn. Cuisson: 2 h 45. 1,2 kg de boeuf à braiser (jumeau ou macreuse), 150 g de poitrine fumée, 2 carottes, 1 gros oignon, 1 gousse d'ail, 200 g de petits oignons blancs, 1/2 bouteille de vin rouge de Bourgogne, 2 cuillerées à soupe d'huile, 1 tablette de bouillon de boeuf, 3 brins de persil, sel, poivre.

Dégraissez soigneusement la viande et coupez-la en cubes. Pelez et émincez l'ail et le gros oignon. Epluchez les petits oignons, en leur laissant un peu de tige verte. Détaillez la poitrine fumée en lardons. Epluchez les carottes, lavez-les, coupez-les en rondelles pas trop fines. Faites chauffer l'huile dans une cocotte. Mettez les lardons à revenir pendant 5 mn, puis ajoutez les oignons, les carottes et l'ail. Laissez dorer encore 5 mn, puis égouttez à l'aide d'une écumoire. Remplacez par les cubes de viande et faites-les dorer sur toutes leurs faces. Remettez les lardons et les légumes dans la cocotte (sauf les petits oignons blancs). Mouillez avec le vin et le bouillon (préparé avec le cube dilué dans 30 cl d'eau chaude). Salez, poivrez, ajoutez les brins de persil préalablement lavés, couvrez et faites cuire 2 h 30 à feu moyen. 15 mn avant la fin de la cuisson, ajoutez les 200 g de petits oignons blancs dans la cocotte. Servez très chaud, accompagnez de pâtes fraîches ou de pommes de terre cuites à la vapeur. Variante: ajoutez à la viande avant de servir des champignons sautés 3 mn environ dans une peu de beurre.

BOEUF EN ALLUMETTES A LA CHINOISE

Pour 5 personnes. Préparation: 20 minutes. Cuisson: 25 minutes. 500 g de filet de boeuf, 1 oignon moyen, 2 c à soupe de sauce soja, 1 c de madère, 3 poivrons verts, 1 poivron rouge, sel, huile.

Couper la viande de boeuf (choisie dans un morceau très tendre et de première qualité) en bâtonnets de la taille du petit doigt à peine. Essuyer les poivrons, les ouvrir, les épépiner, les couper en lamelles de la même taille à peu près que les morceaux de viande. Emincer l'oignon, le faire un peu dorer à l'huile dans une poêle assez profonde; ajouter la viande et faire poêler quelques minutes; ajouter encore les morceaux de poivron, saler faire sauter 8 à 10 minutes en remuant doucement avec une cuiller de bois afin que le fond n'attache pas. Mélanger la sauce de soja et le madère; verser ce mélange dans la poêle et cuire le tout ensemble pendant 5 minutes. Goûter, rectifier l'assaisonnement s'il y a lieu et servir aussitôt sur un plat chaud. En faisant revenir l'oignon, ne pas oublier que d'autres éléments viendront le rejoindre dans la poêle, donc ne pas craindre de mettre 3 ou 4 cuillerées d'huile. Si, en cours de cuisson, la préparation risque d'attacher. on peut ajouter un peu de madère.

BOEUF EN DAUBE

Pour 6 personnes. Préparation 30 mn. Cuisson 4 h. 1,5 kg de boeuf pour la daube 1 l de vin rouge corsé, 3 carottes, 2 gousses d'ail, 3 oignons, 3 échalotes, 200 g de lardons, 1 bouquet garni, 1 verre d'armagnac, 1 tranche épaisse de jambon de pays, 5 c à soupe de graisse de canard, sel, poivre.

Coupez la viande en gros cubes. Pelez les oignons et les échalotes et émincez-les. Epluchez les carottes et coupez-les en rondelles. Détaillez le jambon en petits cubes. Faites fondre la graisse de canard dans une grande cocotte et mettez les morceaux de viande à revenir de tous les côtés, salez, poivrez. Ajoutez les oignons, les échalotes, les rondelles de carottes, le jambon, le bouquet garni et remuez. Chauffez l'armagnac dans une petite casserole. Dès l'ébullition, flambez-le et ajoutez-le dans la cocotte avec l'ail haché. Chauffez également le vin rouge, flambez-le et versez-le dans la cocotte. Couvrez hermétiquement et laissez cuire

pendant 2 h environ sur feu à chaleur douce. Puis laissez reposer jusqu'au lendemain. Le lendemain, reprenez la cuisson à feu doux et laissez encore mijoter pendant 2 h. Servez chaud. Pour cuisiner du boeuf en daube, préférez un morceau de gîte ou de culotte. Le moelleux de la daube s'obtient par une cuisson douce et régulière. Elle est encore meilleure mijotée dans une cocotte bien fermée et au four.

BOEUF EN GELEE

Pour 6 personnes: 1,500 kg de culotte de boeuf, 60 g de beurre, 6 cl de cognac, une couenne de lard frais, 4 carottes, 2 oignons, un autre oignon piqué de clous de girofle, 2 gousses d'ail, un bouquet garni, un demi-pied de veau partiellement désossé, 75 cl de vin blanc sec, 50 cl de bouillon, sel et poivre. Pour la garniture: 8 pommes de terre cuites, 8 tomates, 6 échalotes, un verre de vin blanc sec, 3 cuillerées à soupe de vinaigre, 7 cuillerées à soupe d'huile, quelques feuilles de laitue, persil haché.

Préparez le boeuf en gelée la veille pour le lendemain. Coupez le boeuf en morceaux moyens. Faites-les revenir en cocotte dans 40 g de beurre chaud. Retournez-les de tous côtés et quand ils sont bien colorés, flambez-les avec le cognac. Epluchez puis émincez les carottes et les 2 oignons. Allumez le four (th 8, 250°C). Beurrez copieusement une terrine et tapissez-en le fond avec la couenne. Recouvrez celle-ci avec la moitié des carottes et des oignons émincés. Disposez ensuite les morceaux de boeuf puis ajoutez les gousses d'ail, le bouquet garni, l'oignon piqué de clous de girofle et le pied de veau. Recouvrez avec le vin blanc et le bouillon, assaisonnez. Couvrez la terrine et glissez-la à four chaud. Après une heure de cuisson, abaissez le thermostat à 3-4 (150°-170°C) et achevez ainsi la cuisson, à feu doux. Retirez ensuite la terrine du four et laissez-la refroidir jusqu'au moment de servir. Le lendemain, préparez la garniture. Coupez les pommes de terre en rondelles, ajoutez-leur 4 échalotes hachées. Mélangez le vin blanc, deux cuillerées à soupe de vinaigre et quatre cuillerées d'huile. Assaisonnez et portez à ébullition. Versez sur la salade de pommes de terre, mélangez et laissez refroidir. Confectionnez une salade de tomates bien assaisonnée et aromatisée avec le reste des ingrédients. Pour servir, démoulez la terrine de boeuf sur un plat garni de feuilles de laitue. Présentez à part les deux salades, saupoudrées de persil haché.

BOEUF EN TERRINE

Pour 6 personnes: 1 terrine de 22 cm de long environ, 1 kg de boeuf dans la culotte, 300 g de lard fumé, 100 g de couennes dégraissées, sel, poivre, 4 épices, 1 feuille de laurier, 1 c à café de thym, 1 dl de vin blanc sec, 1 dl de bouillon maigre.

Demandez à votre boucher de peser la viande absolument dégraissée. Faites-la couper en tranches d'à peine un centimètre d'épaisseur à contre-fil de la viande. Faites également couper le lard en fines tranches de quelques millimètres d'épaisseur. Mélangez 1 cuillerée à café de sel, une demi-cuillerée de poivre, une bonne pincée de 4 épices avec le thym et le laurier brisé en fines parcelles. Disposez une couche de couenne dans le fond de la terrine. Mettez par couches, lard et boeuf en assaisonnant sur le boeuf chaque fois. Terminez par le lard, couvrez de couenne. Mouillez avec le vin blanc. Posez le couvercle, mettez au four doux 180°C (3-4 au thermostat). La cuisson doit être très lente sous peine de voir les viandes se rétracter et

sécher. Dès que le petit bouillonnement est atteint réduisez le feu à 160°C pour qu'il se maintienne imperceptible et ajoutez du bouillon pour maintenir le jus au bord des viandes. En fin do cuisson, enlevez la couenne du dessus. Laissez refroidir au moins 8 heures en posant un poids sur le pâté. Servez accompagné d'une salade verte.

BOEUF FROID

Environ 1 kg de filet de boeuf, 10 brins de coriandre ou de persil, 2 tiges de scléranthe, zeste de citron vert, 5 gousses d'ail, sucre, nuoc mam, 5 petits poivrons broyés, jus de citron vert, piments rouges hachés.

Faire rôtir le boeuf dans un four à 170° pendant 45 minutes: il doit rester saignant. Retirer les feuilles de coriandre (ou de persil) et les faire tremper dans l'eau froide. Egoutter, bien sécher et laisser en attente pour servir de garniture. Quand la viande est refroidie, en couper des tranches aussi fines que possible et les disposer dans un grand récipient. Le parsemer de feuilles de schénanthe hachées et de zeste de citron vert en quantités égales. Ecraser l'ail et le hacher sommairement. Ajouter le sucre, le nuoc mam, les piments et le jus de citron vert. Bien mélanger et verser le tout sur le boeuf en remuant bien. Disposer sur un plat, décorer de feuilles de coriandre et de piments rouges. Servir froid.

BOEUF GRILLE A L'INDONESIENNE

450 g de boeuf coupé en cubes, 2 c à soupe de sauce soja, 2 c à soupe de vin blanc, 2 c à soupe de d'huile, poivre, 1 gousse d'ail, 1 petite boîte de marrons, 1 poivron vert en tranches, 1 poivron rouge en tranches.

Faites mariner pendant une demi-heure les morceaux de viande dans la sauce soja, le vin blanc et l'huile en quantités égales. Assaisonnez avec le poivre et l'ail écrasé. Enfilez les cubes de viande sur des brochettes avec les marrons, les poivrons verts et rouges coupés en tranches. Faites griller au-dessus d'un feu de charbon de bois ou sur un grill. Tournez fréquemment. Servez avec une sauce au curry selon goût.

BOEUF MODE

Pour 4 personnes. Cuisson: 2 h 10. 1 kg de culotte de boeuf lardée (à commander chez le boucher) 1 pied de veau, 1 kg de carottes, 1 courgette (facultatif), 2 oignons, 1 tomate, 1 gousse d'ail, 1/2 bouteille de vin rouge, 1 bouquet garni, 2 tablettes de bouillon de boeuf, 2 c à soupe d'huile, 2 c à soupe de persil ciselé, sel, poivre.

Pelez et émincez l'ail et les oignons. Mettez-les dans un plat avec la viande. Mouillez avec le vin et laissez mariner 4 h au frais. Egouttez la viande en réservant la marinade. Faites chauffer l'huile dans une cocotte, et mettez-y la viande à revenir sur toutes ses faces pour qu'elle soit saisie. Ajoutez la marinade et ses aromates. Versez 1 l d'eau et les tablettes de bouillon, le bouquet garni, salez et poivrez. Couvrez, puis laissez mijoter pendant 2 h au total. Vous

ajouterez les autres ingrédients en cours de cuisson. Faites blanchir le pied de veau 20 mn dans de l'eau bouillante salée. Egouttez-le, puis ajoutez-le dans la cocotte. Pelez les carottes, coupez-les en fines rondelles. Mettez-les dans la cocotte 40 mn avant la fin de cuisson de la viande. Lavez et essuyez la courgette. A l'aide d'une cuillère parisienne, formez de petites boules ajoutez-les également dans la cocotte 10 min avant la fin de la cuisson de la viande. Au terme de la cuisson, égouttez la viande et tranchez-la. Mettez-la dans un plat avec les carottes et la courgette égouttées à l'écumoire, tenez au chaud. Désossez le pied de veau, coupez-le en dés, disposez-les dans le plat. Filtrez la sauce, nappez, parsemez de persil ciselé et servez sans attendre.

BOEUF MODE FROID

Pour 6 personnes: 700 g de boeuf, 1/2 pied de veau, 150 g de bardes de lard, 2 dl de vin blanc, 2 dl de bouillon, 6 carottes, 1 oignon, bouquet garni, 2 clous de girofle, sel, poivre, 200 g de couenne de lard.

Foncez une cocotte avec les bardes et les couennes de lard. Epluchez l'oignon et les carottes et coupez-les en rondelles. Mettez-les dans la cocotte. Ajoutez la viande et le pied de veau. Arrosez avec le bouillon chaud et le vin blanc. Salez, poivrez et mettez le bouquet garni. Puis couvrez la cocotte hermétiquement, et laissez sur le feu moyen 15 mn. A ce moment, passez au four moyen (160°C) et laissez cuire 4 h. Sortez du four et placez la viande dans une terrine. Entourez-la des carottes et versez le jus de cuisson dessus. Laissez refroidir, puis passez au réfrigérateur 24 h. Démoulez le lendemain.

BOEUF OU POULET

1 poulet à rôtir de 1,5 kg, ou 1 kg de boeuf, 4 tasses de crème de coco, 1 tasse de cacahuètes nature, nuoc mam, pâte de masaman curry, 1 bâton de cannelle, 15 graines de cardamome, pulpe de 3 gousses de tamarinier, jus d'un citron vert, sucre roux (à volonté).

Couper la viande en petits cubes de 5 cm. Laisser mijoter dans un récipient couvert, avec la crème de noix de coco, les cacahuètes et le nuoc mam. Quand la viande est tendre, la retirer et la mettre dans un plat. Continuer la cuisson du reste à feu doux et laisser réduire d'un tiers. Ajouter la pâte de curry en remuant et puis remettre la viande, en même temps que la cannelle et les cardamomes. Couvrir et laisser mijoter jusqu'à obtenir une consistance de pâte lisse et épaisse. Assaisonner avec du nuoc mam, les gousses de tamarinier, le jus de citron vert et le sucre. Remuer encore avant de retirer du feu. Servir avec du riz à grains longs et blancs, cuit à l'eau ou en risotto, et une garniture de piments verts ou rouges, émincés crus. Juste avant de servir, on peut ajouter à la sauce de gros oignons blancs rôtis.

BOEUF SAUCE PIQUANTE

Préparation: 15 mn. Cuisson 1 h 15. Pour 4 ou 5 personnes: 800 g de faut-filet de boeuf coupé en dés, 1 grosse patate douce, 6 échalotes, 3 gousses d'ail, 120 g de purée de noix de coco

(non sucrée), 1 citron vert, 1 feuille de laurier, 5 c à soupe d'huile d'arachide, poivre de Cayenne, cinq-épices, sel, sucre en poudre.

Râpez le zeste de citron et réservez-le. Pelez et hachez les 3 gousses d'ail et les 6 échalotes, ensuite, pilez-les finement avec 3 pointes de couteau de poivre de Cayenne et 1 c d'huile. Faites chauffer le reste d'huile dans une sauteuse, ajoutez-y ce hachis et laissez cuire 2 mn en remuant souvent. Ajoutez la viande et faites-la légèrement colorer sur feu vif. Saupoudrez avec 2 pincées de sel, 1 pincée de sucre en poudre, 2 pointes de couteau de cinq-épices, le zeste de citron; ajoutez la feuille de laurier et la purée de coco délayée avec 3,5 dl d'eau chaude. Remuez longuement. Baissez le feu à ébullition, couvrez et laissez cuire 1 h 15 à petits bouillons. Lavez la patate douce et faites-la cuire dans sa peau 10 mn dans de l'eau bouillante salée. Egouttez-la, pelez-la et coupez-la en tranches épaisses. Ajoutez-la à la viande lorsque celle-ci cuit déjà depuis 45 min. En fin de cuisson, vous pourrez retirer le couvercle pour faire évaporer l'excès de liquide. Puis servez.

BOEUF STROGANOFF

Coupez 400 à 500 g de bifteck en fines lamelles. Faites revenir à feu vif dans une poêle, 30 g de beurre, 1 oignon finement haché, 100 g de champignons de Paris en lamelles. Ajoutez le bifteck coupé que vous aurez réservé, du poivre, 1 pincée de sucre, 1/2 c à café de paprika, puis, au bout de 5 mn, 1 c à soupe de concentré de tomates dilué dans 1/2 dl de vin blanc sec. Laissez mijoter 10 mn, arrosez de 4 c à soupe de crème et 1 c à café de moutarde. Mélangez, chauffez. Surtout. ne laissez pas bouillir et servez.

BOEUF STROGANOFF

Pour 6 personnes: 1 kg de filet ou de faux-filet, poivre noir en grains, 2 cuillerées à soupe d'oignons hachés, 4 cuillerées à soupe de beurre, 250 g de champignons émincés, sel, noix de muscade, 20 cl de crème aigre, 375 g de riz.

Coupez la viande suivant le fil, en tranches d'un centimètre d'épaisseur environ. Poivrez de poivre grossièrement concassé, que vous faites pénétrer en aplatissant à l'aide d'un maillet de bois. Faites revenir les oignons dans la moitié du beurre jusqu'à ce qu'ils blondissent. Retirez-les de la poêle et mettez à la place les tranches de boeuf, que vous faites sauter pendant environ 5 minutes en les retournant de façon qu'elles dorent sur leurs deux faces. Retirez de la poêle et gardez au chaud. Mettez le reste du beurre dans la poêle et faites revenir les champignons éminces. Remettez le boeuf et les oignons. Assaisonnez avec du sel et de la noix de muscade. Incorporez la crème aigre à ce jus et réchauffez. Servez avec du riz à la créole. Variante: Faites comme il est indiqué à la recette précédente, mais lorsque vos tranches de boeuf seront revenues, laissez-les cuire doucement pendant une dizaine de minutes dans une sauce faite de 2 verres de bouillon de boeuf corsé, mêlé d'une à deux cuillerées à soupe de concentré de tomates. Epaississez avec un roux fait de 2 cuillerées de beurre et d'autant de farine.

BORTSCH

1 livre et demie de gîte de boeuf, 1 livre de saucisson à l'ail, 1 livre et demie de betteraves, 1 bouquet garni, 1 chou blanc, 1 petite boîte de purée de tomates, un rien de fenouil et de cumin, poivre en grains, 4 gros oignons, 4 à 5 cornichons salés (vous les trouverez dans les magasins russes spécialisés), 300 g de crème fraîche.

Commencez par préparer un pot-au-feu ordinaire (mais avec les betteraves, le bouquet garni, le chou, la purée de tomates, les oignons et les aromates). Laissez mijoter deux ou trois heures. Une demi-heure avant de servir, retirez la viande et coupez-la en petits morceaux de la grosseur d'une noix. Coupez également le saucisson en tranches épaisses ainsi que les cornichons salés. Ajoutez le tout à la soupe et laissez frissonner la préparation jusqu'au moment du repas. Pour servir, amenez la soupière ainsi qu'une saucière avec de la crème fraîche.

BORTSCH

Eplucher et couper en dés une livre de betteraves cuites. Eplucher et émincer un demi céleri-rave deux, poireaux, un demi chou-rouge et quelques champignons. Dans trois litres d'eau bouillante salée mettre un kilo de viande à pot-au-feu coupée en morceaux carrés et des légumes. Cuire trois heures en écumant souvent. Verser la soupe sur des croûtons frits. Poudrer de persil haché. Ajouter dans chaque assiette une cuillerée de crème aigre.

BORTSCH A L'UKRAINIENNE

Cuisson: 30 mn en autocuiseur. 1 kg de boeuf (gîte, macreuse), 500 g de lard fumé. Légumes: 500 g de betteraves cuites au four, 2 poireaux, 2 carottes, 2 oignons, 1/2 céleri rave, 4 tomates, 1 petit chou blanc, 4 pommes de terre, 3 gousses d'ail. Pour la cuisson: 100 g de lard gras, 2 feuilles de laurier, quelques branches de fenouil, sel, poivre, 2 c à soupe de concentré de tomates, 2 dl de crème fraîche.

Plongez le boeuf et le lard dans 3 litres d'eau bouillante. Ecumez, laissez cuire 30 mn pendant la préparation des légumes. Nettoyez-les tous et coupez-les en petits morceaux. Pilez l'ail et coupez le lard en très petits dés. Faites-les fondre dans une poêle, ajoutez l'ail puis les poireaux les carottes, les oignons, le céleri et les tomates, laissez fondre pendant 30 mn en remuant de temps en temps. Faites blanchir le chou à l'eau bouillante, égouttez-le et émincez-le. Ajoutez tous ces légumes dans le bouillon où cuit la viande au bout de 30 mn de cuisson de celle-ci en joignant les aromates, L'assaisonnement et le concentré de tomates. Laissez cuire pendant 2 h. 30 mn avant la fin de la cuisson, ajoutez les pommes de terre. Servez le potage avec de la crème fraîche et à volonté avec des pirojki (petits pâtés à la viande), des cornichons, une sauce ou raifort.

BOUILLON DE BOEUF

Viandes: un morceau gras (plat de côtes, par exemple), un morceau maigre (macreuse ou gîte), un os à moelle, 2 à 3 litres d'eau pour 1 kg de viande, 4 ou 5 belles carottes, 2 navets, 3 poireaux, 1 pied de céleri (moyen), 1 quartier de céleri rave, 3 oignons dont un piqué de 3 ou 4 clous de girofle, une petite brindille de thym, 1 feuille de laurier, 1 ou 2 gousses d'ail.

Si vous aimez le bon bouillon, mettez les viandes à l'eau froide; si vous préférez avoir de la bonne viande, plongez-la dans l'eau bouillante; si vous voulez un bon bouillon et de la bonne viande mettez le morceau gras dans l'eau froide et, ensuite le morceau maigre après la première ébullition. Mettez la viande et les os dans une marmite plutôt profonde que large. Ajoutez l'eau froide. Amenez lentement à ébullition et écumez autant de fois que nécessaire. Ajoutez les légumes que vous aurez très soigneusement épluchés, nettoyés et coupés en fins morceaux. Faites reprendre l'ébullition. Ecumez à nouveau. Poivrez et salez. Posez le couvercle. Baissez le feu et laissez cuire en mijotant pendant trois à quatre heures (pour la marmite à pression, voyez le temps réglementaire). Lorsque le bouillon est cuit, avant de le servir, retirez la viande et les os, si nécessaire enlevez la graisse qui surnage (vous pouvez la conserver comme graisse de ménage, c'est excellent). Servez le bouillon avec des tranches de pain séchées ou des biscottes non sucrées.

CARI DE BOEUF

800 g de ragoût de boeuf, 2 oignons, 3 gousses d'ail, 4 tomates, 1 morceau de gingembre; 1/2 . à café de safran, persil, thym, sel, poivre, huile. Couper le boeuf en morceaux. Hacher les oignons. Ecraser l'ail, le gingembre, le sel et le poivre. Hacher les tomates. Chauffer l'huile et faire revenir la viande. Ajouter les oignons. Faire dorer. Mettre les épices pilées. Tourner. Ajouter le safran, puis les tomates. Laisser cuire 10 minutes. Mouiller avec un verre d'eau. Couvrir. Laisser mijoter à petit feu 1 heure. Hacher le persil. Parsemer le plat.

CAROTTES, OIGNONS ET BOEUF AUX 5 PARFUMS

Pour 4 personnes 500 g de paleron, 400 g de carottes, 3 oignons, 1 gousse d'ail, 1 cuillère à café rase de gingembre en poudre, 3 cuillères à soupe de sauce soja, 1/2 cuillère à café de poudre aux 5 parfums, 2 cuillères à soupe d'huile. Coupez le boeuf en petits cubes. Pelez les oignons, hachez-les. Pelez la gousse d'ail écrasez-la au presse-ail. Faites chauffer l'huile dans une cocotte. Mettez-y les oignons et le gingembre laissez-les blondir ajouter l'ail, puis le boeuf, la sauce de soja, la poudre aux 5 parfums et assez d'eau pour couvrir la viande. Portez à ébullition puis réduisez la chaleur et laissez mijoter 1 heure. Pendant ce temps épluchez les carottes et découpez-les en fines rondelles les ajouter à la viande et finir la cuisson.

CARPACCIO DE BOEUF

Pour 6 personnes: 1 kg de filet de boeuf, 10 cl d'huile d'olive, 1 citron, sel, poivre.

Faites préparer le filet de boeuf en tranches très fines par votre boucher. Dans de grandes assiettes préalablement placées au fais, disposez les tranches de viande et remettez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir (2 h maximum). Pressez le jus du citron, fouettez-le avec l'huile d'olive, salez et incorporez le poivre noir. Servez séparément, afin que chacun assaisonne selon son goût. Vous pouvez agrémenter de basilic et d'ail hachés, de petits morceaux de bleu, de parmesan ou de champignons de Paris coupés en fines lamelles, voire de mayonnaise relevée au tabasco ou à la sauce Worcester.

CASSEROLE DE BOEUF AU CURRY

Pour 3 personnes: une livre de viande de boeuf coupée en petits cubes, un oignon finement émincé, 2 cuillerées à soupe de beurre, une petite pomme finement émincée, une cuillerée à soupe de curry, 2 cuillerées à soupe de farine, un litre de bouillon, du sel, 2 carottes coupées en rondelles, quelques gouttes de jus de citron, une tasse et demie de riz.

Faites fondre le beurre dans une casserole et faites revenir à feu très doux l'oignon haché jusqu'à ce qu'il soit bien tendre. Ajoutez alors la pomme finement émincée, le curry et la farine et laissez cuire le tout 2 à 3 minutes à feu doux. Ajoutez le bouillon, la viande, un rien de sel et portez le tout à ébullition. Dès que le mélange bout, ajoutez les légumes et le jus de citron. Couvrez et laissez mijoter 3 heures à feu très doux. Servez le boeuf au curry en casserole et accompagnez-le de riz pilaf.

CHAUSSONS A LA VIANDE

1 paquet de pâte feuilletée. Farce: 200 g de boeuf haché, 30 g de beurre, 1 échalote, sel, poivre, persil.

Laissez dégeler la pâte si elle est surgelée et abaissez-la au rouleau. Découpez-la en disques de 8 cm de diamètre. Faites revenir viande et oignon dans le beurre pendant quelques minutes, assaisonnez et ajoutez les herbes. Déposez un petit tas de farce sur les morceaux de pâte préparés et enfermez-les en pliant les ronds de pâte en deux. Dorez à l'oeuf et faites cuire pendant 20 mn à four moyen.

CHAUSSONS A LA VIANDE

Préparation: 30 mn. Cuisson: 35 mn. Pour 6 personnes: 500 g de boeuf haché, 100 g de poitrine de porc frais, 2 oignons, 50 g d'olives noires, 50 g d'olives vertes, 2 oeufs durs, 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate, 1 pincée de sucre, 10 gouttes de tabasco, thym, sel, poivre, 300 g de pâte brisée, 1 oeuf.

Hacher la poitrine de porc ou la couper en très petits dés puis la faire revenir avec les deux oignons émincés. Toujours sur feu doux, ajouter la viande de boeuf hachée, les chairs d'olives noires et vertes en petits morceaux, les oeufs durs écrasés, le concentré de tomate, le sucre, le thym, le tabasco, le sel et le poivre; bien mélanger et laisser mijoter dix minutes. Etendre la

pâte brisée, puis la couper en cercles d'égal diamètre. Sur chacun d'eux, mettre deux cuillerées à soupe de farce. Former des chaussons en repliant la pâte sue elle-même et en fermer ses bords avec de l'eau. Les dorer à l'oeuf, puis les mettre 20 minutes à four chaud (th 6 220°C). Servir tiède ou froid.

COCIDO

Pour 8 à 10 personnes: 250 g de pois chiches, 1 poule ou 1 poulet, 800 g de boeuf (flanchet), 250 g de petit salé, 300 g de jambon fumé en morceau (ou une crosse), 2 oignons, 4 carottes, 2 poireaux, sel, poivre, 1 gousse d'ail, laurier, persil, 1 chou, 8 pommes de terre, 500 g de chorizo, 200 g de boudin noir, 100 g de vermicelle (cheveux d'ange).

La veille, faites tremper les pois chiches. Le lendemain, remplissez une grande marmite d'eau froide, mettez y les pois égouttés, la poule et le boeuf, portez à ébullition et écumez. Laissez mijoter pendant 1 h 30. Ajoutez alors le petit-salé, le jambon, les oignons, les carottes, les poireaux, l'assaisonnement, l'ail écrasé et les herbes. Laissez cuire 30 mn. Joignez ensuite: le chou, les pommes de terre, le chorizo et le boudin. Continuez la cuisson pendant 30 mn encore. Au moment de servir, égouttez viandes et légumes. Jetez le vermicelle dans le bouillon, rectifiez l'assaisonnement et laissez cuire pendant quelques minutes. Présentez d'abord le potage, puis les légumes et les viandes découpées (ensemble ou séparément selon les goûts). Les choux hachés sont ici servis à part. Une sauce tomate: peut accompagner le plat. Vous pouvez ajouter une queue de boeuf, ou des fèves, ou des navets ou parfumer le bouillon avec une pointe de safran, et ajouter quelques haricots verts et du piment rouge.

COCIDO

250 g de pois chiche, 500 g de boeuf, 100 g de lard, 100 g de jambon cru, 500 g de pommes de terre, 2 chorizos forts, 400 g de potiron, 1 gousse d'ail, 1/2 petit piment (facultatif), sel.

La veille, mettez à tremper les pois chiche dans beaucoup d'eau froide. Dans un autocuiseur, mettez toutes les viandes et les pois chiche égouttés. Recouvrez d'eau froide. Fermez le couvercle et laissez cuire 45 minutes à partir de la mise en rotation de la soupape. Au bout de ce temps, ouvrez la cocotte pour y ajouter les pommes de terre épluchées et entières, le potiron en morceaux, les chorizos, ail, piment. Salez modérément. Refermez la cocotte et laissez cuire de nouveau de 15 à 20 minutes. Egouttez et servez à part la viande et les légumes.

COCIDO

350 g de porc, 500 g de boeuf maigre, 250 g de poitrine de mouton, 150 g de pois chiches, 1 chou blanc, 2 poireaux, 3 carottes, 300 g de tomates, 1 c à soupe de tapioca, riz, épices.

Mettez a tremper les pois chiches bien avant la réalisation du plat. Coupez en gros dés le porc, le boeuf maigre, la poitrine de mouton, et couvrez d'eau. Portez sur feu moyen jusqu'aux 3/4

de la cuisson des viandes. Ajoutez les pois chiches, le chou blanc, les poireaux, les carottes et les tomates pelées et coupées en morceaux. Achevez la cuisson. Dans une soupière, servez les viandes et les légumes. Arrosez avec le bouillon. Servez avec un riz très relevé.

COCIDO PORTUGAIS

Pour 4 personnes: 300 g de rôti de porc, 500 g de bourguignon, 200 g de pois chiches, 1 chou, 2 poireaux, 2 carottes, 4 tomates, 1 c à soupe de tapioca, 1 bonne pincée de Cayenne, 1 pointe de couteau d'origan, sel.

Coupez les viandes en dés et mettez-les à cuire dans l'eau salée parfumée à l'origan. Après 1 heure environ, ajoutez les pois chiches, le chou découpé, les poireaux, carottes et tomates coupées en morceaux. Ajoutez le piment de Cayenne et laissez mijoter une bonne heure. Liez avec le tapioca. Servez avec du riz légèrement pimenté.

CONFIT DE VIANDES

Pour 6 personnes. Coupez en petits morceaux 600 g de boeuf (pris dans l'aiguillette), 600 g de veau (épaule), et 300 g d'escalopes de dinde. Mettez-les dans une cocotte en terre, à volonté, frottés d'ail ajoutez 6 cuillerées d'huile, salez et poivrez. Couvrez d'eau froide. Epluchez très finement 2 citrons mettez le zeste dans la cocotte. Enlevez les peaux blanches de la chair des citrons et coupez-les en tranches en supprimant les pépins. Couvrez la cocotte et laissez cuire à très petit feu, en remuant de temps en temps, pendant 3 petites heures. Servez-le avec du riz ou du couscous nature.

CONSOMME A LA MOELLE

Pour 4 personnes: un litre de bouillon de boeuf, 300 g de moelle de boeuf, 200 g de mie de pain rassis, 3 oeufs, du sel, du poivre, de la muscade.

Faites fondre la moelle dans une casserole sur feu très doux. Travaillez le pain avec une fourchette en le mouillant de quelques cuillerées de bouillon froid. Battez les oeufs, assaisonnez-les. Ajoutez-les à la mie de pain écrasée. Incorporez-y, petit à petit, la moelle fondue et laissez refroidir. Formez de petites boulettes et mettez-les à pocher 5 à 6 minutes dans le bouillon frémissant à feu doux. Servez bien chaud dans des bols individuels. Lorsque vous incorporez la moelle fondue au mélange pain-oeufs, faites-le petit à petit, afin de ne pas cuire les jaunes. Chauffez les bols avant de servir le potage car la moelle fige vite.

CONSOMME A L'AUTRICHIENNE

Dégraissez 8 dl de bouillon de la petite marmite. Ramenez-le à ébullition et servez-le dans des tasses à consommé où vous aurez mis un jaune d'oeuf cru entier. Chaque convive mélangera lui-même son jaune d'oeuf au potage.

COTE DE BOEUF A LA BORDELAISE

Pour 4 personnes: 1 côte de boeuf d'environ 1 kg 250, 6 échalotes, 2 verres de bordeaux rouge, 25 g de beurre, 1 bonne cuillerée à soupe de farine, 1 petit verre de cognac, sel, poivre, persil, thym, laurier. Garniture: cresson, pommes sautées.

Faire saisir la côte de boeuf à la poêle, dans un mélange d'huile et de beurre. Saler et poivrer et finir la cuisson au four pendant environ un quart d'heure. Entre-temps faire réduire dans un poêlon le vin rouge avec les échalotes hachées, le thym et le laurier écrasés, le sel et le poivre. Ajouter un peu de jus de viande et lier ou dernier moment avec un peu de beurre manié. Dresser la côte de boeuf sur un plat long et garnir avec un bouquet de cresson. Accompagner de pommes nouvelles sautées.

COTE DE BOEUF A LA MEXICAINE

Préparation: 30 mn. Cuisson: 35 mn. Pour 4 personnes: 2 côtes de boeuf de 600 g chacune, 1 dl d'huile d'olive, quelques piments séchés des Antilles, herbes de Provence, quelques gouttes de Tabasco, 1/2 botte de cresson, sel, poivre. Galettes de maïs: 250 g de pommes de terre, 1/4 de litre de lait, 50 g de farine, 2 oeufs entiers, 2 blancs d'oeufs, 150 g de grains de maïs, 5 cl de crème fraîche, 5 cl d'huile, gros sel, poivre.

Une heure à l'avance, déposer les côtes de boeuf sur une plaque allant au four, ajouter l'huile d'olive, les piments écrasés, les herbes de Provence et le Tabasco. Laisser mariner 1 heure environ en retournant les côtes tous les quarts d'heure environ. Galettes de maïs: cuire les pommes de terre à l'eau salée 15 minutes sur feu moyen; dès qu'elles sont cuites, les passer au moulin à légumes dans un saladier, ajouter le lait, la crème fraîche, les oeufs entiers le sel, le poivre, les blancs d'oeufs (non battus), remuer avec un fouet puis incorporer la farine. Lorsque le mélange est homogène, ajouter les grains de maïs. Pour cuire les côtes de boeuf, mettre le four en fonction "gril~" déposer des grains de gros sel sur la viande et cuire chaque face environ 10 minutes en arrosant souvent. Dans une petite poêle, cuire les galettes (à l'huile) comme des crêpes. Découper les cotes de boeuf en tranches de 1,5 cm d'épaisseur, décorer le plat de cresson et servir avec les galettes.

COTE DE BOEUF AU CERFEUIL

Pour 4 personnes: une épaisse côte de boeuf d'un kilo environ, 150 g de beurre, 1 gousse d'ail, 3 petits oignons, 2 échalotes, 100 g de cerfeuil, sel, poivre, 4 tomates. Préparation: 20 mn. Cuisson: 20 à 25 mn selon le goût.

Préparez un hachis avec l'ail, les petits oignons, les échalotes et le cerfeuil. Faites blondir la moitié du beurre dans une poêle bien chaude. Saisissez la viande sur ses deux faces. Prolongez la cuisson à feu moyen. Mélangez le reste du beurre ramolli avec les herbes hachées. Etalez cette préparation sur la côte de boeuf après l'avoir assaisonnée de sel et de poivre. Servez avec des tomates grillées. Vous pouvez étendre le hachis d'herbes sur la viande et l'arroser de beurre fondu. Les tomates peuvent être passées 10 minutes dans de l'eau bouillante et arrosées de beurre chaud.

COTE DE BOEUF HENRI IV

Pour 6 personnes: 1 côte de boeuf de 2 kg environ, 200 g de beurre, 2 oeufs, 2/3 de verre de vinaigre, 2 échalotes, quelques branches d'estragon, ciboulette, sel, poivre.

Demander de préférence au boucher une côte de boeuf avec son manche. Enduire cette côte de beurre (50 g environ) et la faire rôtir, d'abord à four très chaud, puis plus doux. On compte 12 minutes environ de cuisson par livre. Pendant la cuisson de la viande, préparer ainsi la sauce: hacher les échalotes, l'estragon et la ciboulette, les mettre dans une petite casserole avec le vinaigre et cuire à feu très doux, une trentaine de minutes, jusqu'à ce que le vinaigre ait presque disparu. Surveiller la cuisson pour ne pas laisser brûler les échalotes. Laisser refroidir et ajouter 3 cuillerées d'eau froide. Casser ensuite les oeufs en séparant les blancs des jaunes et mettre ces derniers sur les échalotes, saler et poivrer. Porter au bain-marie ou, à la rigueur, sur feu très doux et battre sans arrêt au fouet jusqu'à ce que la sauce prenne consistance. Ajouter, alors, le reste du beurre par petits morceaux et toujours sans cesser de fouetter. Servir en saucière chaude en même temps que la viande.

CURRY DE BOEUF

3 cuillères à soupe d 'huile, 2 oignons coupés en rondelles, 2 gousses d 'ail hachées, I piment vert haché, 3,5 cm de gingembre haché, 750 g de boeuf à braiser en cubes, 1/2 cuillère à café de piment en poudre, I cuillère à café de curcuma, 1 cuillère à café de poivre, I cuillère à café de cumin moulu, I cuillère à soupe de grains de coriandre moulus , 1/2 cuillère à café de cannelle en poudre , 1/2 cuillère à café de clous de girofle moulus, 30 cl de lait de coco, sel, 15 cl de vinaigre.

Dans l'huile chaude d'une cocotte faites dorer l'oignon. Ajoutez l'ail, le piment, le gingembre, laissez revenir I minute, puis ajoutez le boeuf, le reste des épices et laissez cuire 5 minutes en tournant de temps en temps. Versez le lait de coco, qui doit juste recouvrir la viande; s'il n'y a pas assez de liquide, complétez avec de l'eau. Salez, portez à ébullition, couvrez et laissez cuire I heure 30. Versez le vinaigre et laissez cuire encore 30 minutes; la viande doit être tendre et la sauce épaisse. Note: 75 g de crème de noix de coco fondue dans 25 cl d'eau peuvent remplacer le lait de coco.

CURRY DE BOEUF AUX POMMES DE TERRE

Pour 4 personnes: 4 cuillères à soupe d'huile, 2 oignons hachés, 2 gausses d 'ail hachées, 1 cuillère à café de piment en poudre, 1 cuillère à soupe de cumin moulu, 1/2 cuillère à soupe de grains de coriandre moulus, 2 cm de gingembre haché, 750 g de boeuf à braiser coupé en cubes, 2 cuillères à soupe de concentré de tomates, sel, 350 g de pommes de terre nouvelles, 2 piments verts.

Dans l'huile chaude d'une grande poêle, faites dorer légèrement les oignons. Ajoutez l'ail, le piment en poudre, le cumin, le coriandre, le gingembre, et laissez cuire à feu doux 5 minutes, en tournant de temps en temps; si cela devient sec, ajoutez 2 cuillères à soupe d'eau. Ajoutez le boeuf et faites-le dorer. Ajoutez le concentré de tomates, le sel et de l'eau en quantité suffisante pour couvrir la viande. Mélangez, portez à ébullition, couvrez et laissez mijoter I heure environ. Ajoutez les pommes de terre et les piments entiers et laissez frémir jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites.

CURRY DE BOULETTES

Sauce: 3 cuillères à soupe d'huile, 1 bâton de cannelle de 2 cm, 10 clous de girofle, 1 oignon haché, 2 gousses d'ail hachées, 5 cm de gingembre haché, 1 cuillère à soupe de cumin moulu, 2 cuillères à soupe de grains de coriandre moulus, 1 cuillère à café de piment en poudre, sel, 1 boite (400g) de tomates. Boulettes: 750 g de boeuf haché, 1 piment vert haché, 3 cuillères à soupe de coriandre haché, 1 cuillère à café de garam massala, 1 oeuf battu.

Faites chauffer l'huile dans une grande poêle, ajoutez la cannelle, les clous de girofle et faites revenir 30 secondes, puis faites dorer l'oignon en tournant de temps en temps. Ajoutez l'ail, le gingembre, le cumin, le coriandre, le piment, le sel, et laissez revenir 2 minutes à feu doux, en ajoutant 1-2 cuillères à soupe d'eau si le mélange devient collant. Ajoutez les tomates et leur jus. Couvrez, laissez mijoter pendant la préparation des boulettes: mélangez tous les ingrédients et salez. Formez 40 boulettes de la taille d'une noix. Faites-les glisser délicatement dans la sauce, en une seule couche, et laissez mijoter doucement 30 minutes, en les tournant avec précaution toutes les 10 minutes.